

アドラー心理学の基本前提（1） 目的論

野田俊作

要旨

多くの心理学では人間の行動を原因論でもって考えるのに対して、アドラー心理学は目的論を基本前提としている。人間はすべて個人のもつ『仮想的目標』に向かって行動するとし、これを人生の『目標追求性』という。個人特有の目標追求のクセを『ライフスタイル』といい、個人のライフスタイルを知ることによってその個人の行動の意味を知り、今後の行動を予測することができる。ただし、目標もライフスタイルも完全に決まっているものではなく、個人の決断によって変えることができる。これを『やわらかい決定論』という。また、行動を、現実の自分と目標とをくらべた時に感じる『劣等感』を克服するための試みであるとするが、劣等感よりも目標追求性のほうを本質的な行動のエネルギーと考える。アドラー心理学は人間を、目標に向かって主体的に生きていく積極的な存在との観点でとらえる。人間を機械としてでなく固有の精神を持った人間として見ようとすると、心理学は自然に目的論的となるが、アドラー心理学はその典型なのである。

キーワード：アドラー心理学、理論、基本前提、目的論、目標追求性、劣等感

目的論と原因論の対立

「人間の行動にはすべて理由がある」というのが 20 世紀の心理学に共通する考えかたです。すなわち、一見どんなに不合理に見える行動（や感情や精神活動一切）も、よく探ってみるとかならず筋の通った理由が見つけれられるのだと、現代の心理学は考えているわけです。

さて、ここで注目していただきたいのは『理由』ということばです。一般には『理由』というのは『原因』のことだと考えられています。つまり、「人間の行動にはすべて原因がある」と考えるのが普通の心理学なのです。精神分析の創始者フロイトをはじめ、ほとんどの心理学者はこのように考えています。この、『理由』すなわち『原因』と考える考えかたを『原因論』といいます。

アドラー心理学も「人間の行動にはすべて理由がある」と考える点では他の心理学理論と共通しています。ただ違うのは、『理由』ということばを、『原因』ではなく、『目的』と考えるところからです。

「人間の行動にはすべて目的がある」これがアドラー心理学の第一の基本前提であり、『目的論』とよばれます。

このことをアドラーは、「健康なものであれ病的なものであれ、精神生活を研究する上で最も重要な問は、『どこから？』ではなく『どこへ？』である。この『どこへ？』の答の中に、原因は含まれている」^[1]と書いています。

目的追求性

人間は目的にむかって生きてゆきます。『目的』というの、ごく近い目的もありますし、人生の窮極の大目標もあります。アドラー心理学では、近い目的を『目的』、人生の窮極目的を『目標』と呼んで、用語上一応区別しています。

一々の行動の目的は、すべて結局は、人生の窮極目標につながっています。すなわち、すべての人間行動は、個人が心にいだいた未来の目標に向かう歩みなのです。この考えかたを、人生の『目標追求性』といいます。この目標追求性が人間のすべての行動のエネルギーの源泉なのです。

目標というものは、心にいだく主観的なものです。すなわち、客観的な実在ではなく、主観的な、個人の心の中にだけ存在する『仮想的目標』なのです。未来に向けた夢なのです。自分で決めた仮想的目標を追求してゆくのが人生です。

人間は、実際に目標に達することは決してありません。なぜなら、目標に達したとたん、より高い仮想的目標を設定するからです。こうして人間は、一生日目標追求性を生きてゆくのです。

アドラーは言います。「すべての精神現象は、ある目標への準備とみなされてのみ、把握し理解されうるのである」^[2]

ライフスタイルとやわらかい決定論

アドラーは、このことをもう少し具体的に、「重要なことは、個人の行動の文脈を理解することである。すなわち、その人の全生活の方向を決定する個人的な人生の目標を理解することである。この目標がわかれば、ひとつひとつの行為の背後にかくされた本当の意味を理解することができるようになる」^[3]と述べています。

まず、その個人の目標を知ることです。しかしそれだけでは実は充分ではありません。ちょうど山の頂上に至るのにさまざまなルートがあるように、人生の目標に向かう個人の道筋にも色々のルートが考えられます。同じあることを言いあらわすのに、人それぞれに特有の文体があるように、個人の目標追求にはその人特有のクセがあるのです。このクセのことを『ライフスタイル』といいます。

「ひとつの同じ目標に向かう道筋でも、人ごとに何千のニュアンスを持ってさまざまに違っている」^[4]とアドラーは述べています。

この、個人に特有のライフスタイルを見破ること、これがアドラー心理学の大切な仕事です。

ある個人のライフスタイルがわかれば、その人の現在の行動の意味はすべてわかりますし、今後の生きかたもある程度予測できます。すなわち、個人の人生はライフスタイルによって決まってくるのです。ただし、完全には決まりません。ライフスタイルの与える範囲内での選択の自由、自由意志、を個人はいつでも持っているのです。こういう考えかたを『やわらかい決定論』といいます。アドラー心理学はやわらかい決定論に立っていて、ある個人の行動にはその個人固有の傾向があって、完全な選択の自由があるわけではないが、さりとて常にある程度選択の幅はあるのであって、完全に運命論的に縛られてしまっているものでもないと考えます。

さらに言えば、目標もライフスタイルも、変えようと本当に決断しさえすれば、変えられるのです。この意味で人間は自由であり、自分の運命の奴隷ではなく、むしろ運命の主人公なのです。ただし、目標やライフスタイルを変えたとたん、今度は新しい目標やライフスタイルに縛られるのです。こう考える点でも、アドラー心理学はやわらかい決定論です。

劣等感とその補償

未来の目標にひきくらべて現在の現実の自分を見る時、人間は『劣等感』を感じます。人間が目標に向かって生きてゆく存在であるかぎり、すべての個人は常に劣等感を持たざるをえないのです。劣等感を克服する歩み、それが人生なのです。すべての人間行動は目標追求性にもとづいています。ということは、すべての人間行動は劣等感を克服するための試み、つまり『劣等感の補償』なのです。

劣等感と目標追求性のいずれがより本質的な行動のエネルギーかという、当然目標追求性の方が本質的なのです。劣等感にさいなまれ、劣等感につき動かされて生きてゆく、というような消極的な人間観はアドラー心理学の好むところではありません。アドラー心理学の人間観は、目標にむかって主体的に生きてゆくという、もっと積極的なものなのです。「決して到達することのない理想的な完全さに比較した時、個人は常に劣等感で満たされ、それによって動機づけられる」^[5]とアドラーが言う時重要なのは目標追求性であって、劣等感はそれに伴う主観的な感情にすぎないのです。

他理論との比較

原因論は自然科学のものの見かたです。したがって、自然科学的アプローチをとる心理学理論は原因論的です。その代表として、行動主義心理学とフロイトの精神分析をあげることができます。

しかし、目的論に立つ心理学^も、アドラー心理学の他にもあります。一般に『現象学的』とか『人間学的』とか呼ばれる心理学は、多かれ少なかれ目的論的です。たとえば、現象学的心理学の代表選手であるビンスヴァンガーは、「人間は現在のありかたを、非常にさまざまな人生設計を通じて、のりこえることができる」^[6]という意味のことを言っていますし、人間学派のサリヴァンは、「人間行動はその最終状態、すなわちそれに向かって人間行動が動いており、我々がそれと予見できる最終状態、から考えることができる」^[7]と言っていますが、これは共に目的論的です。

人間を人間として、機械でも動物でもない人間として、固有の精神を持った人間として見ようとすると、どうしても目的論的になってしまうのです。機械論的な人間解釈や、動物実験の延長で人間を理解しようとする動きに反発すれば、心理学は自然に目的論的になります。アドラー心理学は、そのひとつの典型なのです。

文献

- [1] Lebenslüge und Verantwortlichkeit in der Neurose und Psychose. (1914) *Praxis und Theorie der Individualpsychologie*(1920) 収載。Fischer 独文版 p.255, Routledge 英語版 p.235.
- [2] Die Individualpsychologie, ihre Voraussetzungen und Ergebnisse. (1914) 同上書収載。独文版 p.21, 英語版 p.4.
- [3] *The Science of Living*. (1929) Doubleday 版 p.2, ミネルヴァ和訳版 (『子どものおいたちと心のなりたち』) p.3.
- [4] *Der Sinn des Lebens*. (1933) Fischer 版 p.56.

[5] *What Life Should Mean to You ?* (1931) Putnam 版 p.56.

[6] Binswanger, L. : *Über daseinanalytische Forschungsrichtung in der Psychiatrie.* (1946) 引用は Touchstone 版 "*Existence*" p.92 収載の Angel, E. の英訳より。みすず和訳版 (『現象学的人間学』) p.268.

[7] Sullivan. H. S. : *Conceptions of Modern Psychiatry.* (1940) Norton 版 p.12, みすず (『現代精神医学の概念』) p.22.

更新履歴

2012年6月1日 アドレリアン掲載号より転載